



Vorspeise

# Advocados Salat

Rezept für 4 Personen

Zutaten :

Legende: TL = Teelöffel, EL = Esslöffel, MSP = Messerspitze, dl = Deziliter (1/10), cl = Centiliter (1/100)

4 Stück	Advocados (reif)
1-2 Stück	Knoblauchzehen
80 gr	Oliven
400 gr	Quark
	Salz
	etwas Pfeffer aus der Mühle
200 gr	Zwiebeln

Zubereitung:

Advocados	Die Advocados halbieren, entkernen und das Fruchtfleisch herauschälen. Danach das Fruchtfleisch hacken.
Zwiebeln	Die Zwiebeln fein hacken.
Quark, Zwiebeln, Salz, Knoblauch	Quark, Zwiebeln vermischen, den Knoblauch in die Masse pressen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. In die Hälften (Schalen) füllen.
Oliven	Mit schwarzen oder grünen Oliven garnieren.